



Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic

Volume 11/3 Winter 2016, p. 607-624

DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.9009>

ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY

Article Info/Makale Bilgisi

✍ Received/Geliş: 03.12.2015

✓ Accepted/Kabul: 04.02.2016

✍ Referees/Hakemler: Doç. Dr. Murat BALKIS –

Doç. Dr. Nermin KORUKLU

This article was checked by iThenticate.

ÖĞRETMEN ADAYLARINDA EGO DURUMLARININ TÜKENMİŞLİĞİ YORDAMA GÜCÜ*

Mustafa BULUŞ** - Abdullah ATAN***

ÖZET

Bu çalışmada öğretmen adaylarında tükenmişlik ve ego durumlarının ilişkisi ve ego durumlarının tükenmişliği yordamadaki rolü incelenmiştir. Çalışma tarama modelinde betimsel bir araştırma niteliğindedir. Araştırmaya Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde farklı bölümlerde öğrenim gören 332 üçüncü (n = 110) ve dördüncü (n = 222) sınıf öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların 90'ı erkek, 242'si kızlardan oluşmuştur. Veri toplama araçları olarak Maslach Tükenmişlik Envanteri ve Ego Durumları Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde değişkenler arasındaki olası ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon katsayısı ve ego durumlarının tükenmişliği yordama gücünü belirlemek için de basit regresyon (linear) analizi teknikleri kullanılmıştır. Bulgular, duygusal tükenmişliğin eleştirel ebeveyn, altın çocuk ve asi çocuk ego durumları ile pozitif, koruyucu ebeveyn ve yetişkin ego durumları ile negatif; duyarsızlaşmanın eleştirel ebeveyn, doğal ve asi çocuk ile pozitif, koruyucu ebeveyn ve yetişkin ile negatif; düşük kişisel başarının ise koruyucu ebeveyn ve yetişkin ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca yapılan regresyon analizlerinde eleştirel ebeveyn, yetişkin, altın ve asi çocuk ego durumlarının duygusal tükenmişliği; eleştirel ebeveyn, yetişkin ve asi çocuk ego durumlarının duyarsızlaşmayı; yetişkin ego durumunun ise düşük kişisel başarıyı anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Bu sonuçlar, ebeveyn çocuk yetiştirme tutumları, eğitim ortamlarının niteliği, programların etkililiği ve eğitimcilerin iletişim yeterlikleri bakımından önemli ipuçları sunmuştur. Araştırmada elde edilen bulgular eğitimciler açısından tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen Adayları, Tükenmişlik, Ego Durumları

* Bu çalışma "5th International Conference on New Horizons in Education" (Barcelona, 2015)' da sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

** Doç. Dr. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fak. İlköğretim Bölümü Okulöncesi Eğitimi ABD, El-mek: mbulus@pau.edu.tr

*** Arş. Gör. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fak. İlköğretim Bölümü Okulöncesi Eğitimi ABD, El-mek: aatan@pau.edu.tr

THE PREDICTIVE POWER OF EGO STATES ON BURNOUT IN STUDENT TEACHERS

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationships between burnout and ego states and the role of ego states on burnout in student teachers. The descriptive survey model was used in the study. A total of 332 third (n = 110) and fourth (n = 222) grade undergraduate students included 90 male and 242 female studying in different departments at the Faculty of Education in Pamukkale University participated to the study. Maslach Burnout Inventory (Student Form) and Ego States Scale were used to gather the data. Pearson Correlation and linear regression analyses were performed to analyze the data. Results showed that emotional exhaustion was related positively with critical parent, golden child and rebellious child ego states, negatively with nurturing parent and adult ego states; cynicism was related positively with critical parent, natural and rebellious child ego states, negatively with nurturing parent and adult ego states; low personal accomplishment was related negatively with nurturing parent and adult ego states. In addition regression analyses indicated that emotional exhaustion was predicted meaningfully by critical parent, adult, golden and rebellious child ego states; cynicism was predicted by critical parent, adult and rebellious child ego states; low personal accomplishment was predicted by adult ego state. The findings presented many important cues about parents' child rearing attitudes, quality of educational environments, effectiveness of programs and educators' communication competences. In the study implications of the findings were discussed and suggestions were given for the educators.

STRUCTURED ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationships between burnout and ego states and the role of ego states on burnout in student teachers. The descriptive survey model was used in the study. Maslach Burnout Inventory and Ego States Scale were used to gather the data. Pearson Correlation and linear regression analyses were performed to analyze the data. Results showed that emotional exhaustion was positively related with critical parent, golden child and rebellious child, negatively with nurturing parent and adult; cynicism was positively related with critical parent, natural and rebellious child, negatively with nurturing parent and adult; low personal accomplishment was negatively related with nurturing parent and adult. In addition regression analyses indicated that emotional exhaustion was predicted meaningfully by critical parent, adult, golden and rebellious child; cynicism was predicted by critical parent, nurturing parent and rebellious child; low personal accomplishment was predicted by adult ego state. In the study implications of the findings were discussed and suggestions were given for the educators.

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/3 Winter 2016

Introduction

Student teachers' developmental characteristics and tendencies are effected by a lot of factors such as personal, social and educational frames that surround them. Literature shows that these developmental characteristics and tendencies have significantly predictor role and make important differences in the learning behaviours, self regulation processes and well being of the students (Watson, Deary, Thompson & Li, 2008; Jacobs & Dodd, 2003; Yıldırım, 2007; Telef, 2011; Kaçar, 2008; Wautier & Blume, 2004; Akbağ, 2000; Jaiswal & Srivastava, 2013; Duru, Duru & Balkis, 2014). Burnout and ego states can be seen as two of these personal variables. However, there is no any research demonstrating the relationships between the student teachers' burnout and ego states. Additionally, the need to understand the nature of the relations between various theories and thus to explain the differences in the quality of students' behaviours is important for educational activities. Researches also demonstrate that due to its affects on both individual and organizational performance (Hakanen, Bakker & Schaufeli, 2006; Karahan, 2008; Bümen, 2010; Yoleri & Bostancı, 2012), the stdents' burnout level and the factors affecting it, is an important concern to university administration as well as academic and educational planners. For that reason, the objective of this study was to test the relationships between the student teachers' burnout and ego states and to examine the contributions of ego states to burnout. The study sought to specifically answer the following questions:

1. Is there any relationship between burnout and ego states in student teachers?
2. Do student teachers' ego states predict their burnout level?

Method

While conducting the research the descriptive survey model was used. A total of 332 third (n = 110) and fourth (n = 222) grade undergraduate students included 90 male and 242 female studying in different departments at the Faculty of Education in Pamukkale University participated to the study. Maslach Burnout Inventory (Student Form) (Schaufeli et al., 2002) and short form of Ego States Scale formed and validated by Şengül (2008) using the items of long form which was developed by Varan (2007) were used to gather the data. The bivariate correlation coefficients and linear regression analyses were performed to analyze the data to answer the questions conducted in the study.

Results

The results of the study, in general, confirmed the predictions. First of all, close relationships were found between burnout and ego states in student teachers by using bivariate correlation coefficients. Results showed that emotional exhaustion was related positively with critical parent ($r = .178$; $p < .01$), golden child ($r = .166$; $p < .01$) and rebellious child ($r = .202$; $p < .01$) ego states, negatively with nurturing parent ($r = -.144$; $p < .01$) and adult ($r = -.187$; $p < .01$) ego states; cynicism was related positively with critical parent ($r = .115$; $p < .05$), natural ($r = .118$; $p < .05$) and rebellious child ($r = .196$; $p < .01$) ego states, negatively with nurturing parent ($r = -.126$; $p < .05$) and adult ($r = -.157$; $p < .01$) ego

Turkish Studies

states; low personal accomplishment was related negatively with nurturing parent ($r = -.179$; $p < .01$) and adult ($r = -.298$; $p < .01$) ego states.

Secondly, regression analyses showed the contributions of ego states to burnout as the burnout level of student teachers was the dependent variable and ego states were independent variables. In that sense, emotional exhaustion was predicted meaningfully by critical parent, adult, golden and rebellious child ego states ($R^2 (.15)$, $F = 9.549$, $p < .001$); cynicism was predicted by critical parent, adult and rebellious child ego states ($R^2 (.10)$, $F = 6.027$, $p < .001$); low personal accomplishment was predicted by adult ego state ($R^2 (.10)$, $F = 6.036$, $p < .001$).

Discussion

According to the results obtained in this study, it can be said that as the level of critical parent, golden child and rebellious child ego states increase the level of emotional exhaustion dimension of burnout increases, as the level of critical parent and rebellious child ego states increases the level of cynicism dimension of burnout increase and as the level of adult ego state increase the level of all three dimensions of burnout decreases. Consequently, although there are many factors that affect burnout, in this study, burnout is assumed to be a dependent variable on ego states. For that reason, to enhance student teachers capabilities to use adult ego state by implementing psychoeducational programs will strengthen their beliefs in dealing with burnout. Also, it could be suggested that during their academic works and child rearing practices, university teachers and parents should stimulate the students to develop and use an adult ego state orientation which is largely shaped through childhood and can be changed by new experiences. Thus student teachers' burnout level could be diminished and this case may serve for their effectiveness in school and psychological well being. Finally, it can also be concluded that the study has important theoretical and practical implications. Therefore, the findings from this study can serve as cues for the evaluation of the effectiveness of the colleges, departments, programs, educators' communication competences and parents' child rearing attitudes.

Keywords: Student Teachers, Burnout, Ego States

Giriş

Öğrenenlerin gelişimsel özellikleri ve eğilimleri, gerek kendilerinin gerekse yakından uzağa kendilerini çevreleyen sosyo-kültürel ve eğitsel yapılar gibi birçok dinamikten etkilenir. Böylece geliştirdikleri özellikler aracılığıyla öğrenme davranışını gösterme sıklığı, özlerini düzenleme kapasiteleri ve psikolojik iyi olma halleri açısından bireyler arasında önemli farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Tükenmişlik düzeyi ve ego durumlarını kullanma eğilimi bu türden bireysel farklılıkların kaynakları olarak değerlendirilebilecek değişkenlerdendir. Alan yazın bu değişkenlerin bireylerin her türlü ortamda sergiledikleri bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerinde ve özellikle de performanslarında anlamlı düzeyde yordayıcı role sahip olduğunu göstermektedir (Watson, Deary, Thompson ve Li, 2008; Jacobs ve Dodd, 2003; Yıldırım, 2007; Telef, 2011; Kaçar, 2008; Wautier ve Blume, 2004; Akbağ, 2000; Jaiswal ve Srivastava, 2013; Duru, Duru ve Balkis, 2014).

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/3 Winter 2016

Bu nedenle bu kavramlar son yıllarda davranış bilimcilerin çalışma konuları arasına girmiş ve yapılan çalışmalarla alana önemli bulgular ve eğitsel doğurgular sunulmuştur. Ancak yapılan alan yazın taramalarında bu değişkenler (tükenmişlik ve ego durumları) arasındaki ilişkinin öğretmen adaylarında incelenmediği görülmüştür. Farklı değişkenlerin birbirleriyle ne tür bir ilişki içinde olduklarının bilinmesi hem gerekli eğitsel anlayışın oluşması hem de bireylerin gelişim ve öğrenme süreçlerinde sergiledikleri davranışların anlaşılması açısından gereklidir (Buluş, 2011). Ayrıca eğitime ve öğretme, genel kültür, genel yetenek ve alan yeterlikleri ile öğretmenlerin, eğitim - öğretim faaliyetlerinin etkililiğinde en belirleyici role sahip uzmanlar olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu gerçek öğretmenlerin yetiştirilme süreçlerinin önemine vurgu yapması bakımından önemlidir. Dolayısıyla üniversite öğrenimi sürecinde edinilen davranışların, yeterliklerin ve yaşanan sorunların sonraki süreçlerdeki belirleyici rolü önem arz etmektedir. Bu nedenle öğretmen adaylarının bu tür değişkenler açısından incelenmesi nitelikli öğretmen yetiştirme perspektifine duyulan ihtiyaç nedeniyle de gereklidir.

Bu değişkenlerin en dikkat çekenlerinden biri olan tükenmişlik, iş ile ilgili bir olgu olarak görülmekte ve sıklıkla insan odaklı işlerde çalışan kişiler arasında görülen, duygusal tükenme ve umutsuzluk sendromu (Maslach ve Jackson, 1981), “aşırı stres ya da doyumsuzluğa tepki olarak işten geri çekilme” (Cherniss, 1980) olarak tanımlanmaktadır. Maslach ve Jackson (1981) tükenmişliği; duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma ve düşük kişisel başarı olmak üzere üç boyutlu bir yapı olarak kavramlaştırmaktadır. Duygusal tükenmişlik kişinin yaptığı iş nedeniyle tüketilmiş ve aşırı yüklenilmiş olma duygularını tanımlar. Tükenmişliğin bu boyutu insanlarla çok yoğun ve yüz yüze ilişkinin kaçınılmaz olduğu meslek çalışanlarında görülmektedir. Bu duygu, “çalışan kişilerin geçmişte olduğu gibi kendilerini işlerine verememeleri ya da yardım isteyen kişilerin sorumluluklarını üstlenememeleri, engellenme ve gerginlik hissetmeleri” anlamına gelmektedir (Maslach ve Jackson, 1981; akt: Özgür, 2007: s. 45). Duyarsızlaşma ise iş gereği karşılaşılan insanlara ve işe karşı soğuk, ilgisiz ve katı bir tutum sergileme halidir. Bu durumda çalışanlar yavaş yavaş işlerinden uzaklaşır, baştaki idealistliklerini ve coşkularını kaybetmeye başlarlar. Olumsuz davranışlar artar, umursamazlık başlar (Izgar, 2001: s. 3). Maslach ve Jackson (1982)’a göre “bireyleri kendisinden uzaklaştıracak şekilde davranma, diğerlerine ilgi göstermeme, reddetme, diğerlerine düşmanca davranma ve olumsuz reaksiyonlar verme gibi faktörlerle karakterize olan duyarsızlaşma boyutu, tükenmişliğin en problemlili boyutudur” (Sılığ, 2003; akt: Özgür, 2007: s. 46). Üçüncü boyut olan düşük kişisel başarı da bireyin kendisi ve diğerleri hakkında olumsuz düşüncelere sahip olması ve suçluluk duyması olarak tanımlanmaktadır. Böylece kendisi hakkında olumsuz düşünceler geliştirmeye başlayan bireyin yeterlik duygularında ve başarısında azalma görülür (Izgar, 2001: s. 4).

Kısaca özetlemek gerekirse, bu üç boyut arasında önemli bir ilişki vardır. Birey, ilk olarak duygusal olarak tükenmeye başlar. Kendisini sürekli halsiz ve yorgun hisseden birey, bir süre sonra işinden uzaklaşır. İş ortamına girmek istemez. Karşısındaki insanları umursamamaya başlar. Bu olumsuz tutumu yüzünden görev ve sorumluluklarını yerine getiremez ve kişisel yeterlik duygusunu kaybeder.

Yukarıda açıklanan kavramsal çerçeveye paralel olarak ele alınan öğretmen tükenmişliği, Kyriacou (2000; akt. Çimen, 2007)’a göre, uzun süreli stresten kaynaklanan, duygusal ve davranışsal boyutu olan bir sendromdur ve bunun sonucu işe ilişkin ilgi, istek ve doyum azalmaktadır.

Alan yazındaki çalışmalar tükenmişliğin algılanan stres (Durán, Extremera, Rey, Fernández-Berrocal ve Montalbán, 2006; Chang, Rand ve Strunk, 2000; Watson, Deary, Thompson ve Li, 2008; Etzion ve Zvi, 2004), kişilik özellikleri (Yang ve Farn, 2004; Jacobs ve Dodd, 2003), mükemmeliyetçilik (Zhang, Gan ve Cham, 2007), iyimserlik (Chang, Rand ve Strunk, 2000; Salmela Aro, Tolvanen ve Erik-Nuirmi, 2009), mesleki yeterlik algısı (Teltik, 2009), umutsuzluk (Yıldırım,

2007), kişilik ve iş stresi (Kokkinos, 2007), kendine güven ve dışa dönüklük (Hughes ve McNelis, 1987), işe bağlılık (Hakanen, Bakker ve Schaufeli, 2006), düşük kontrol ve doyum (Boudreau, Santen, Hemphill ve Dobson, 2004), öz yeterlik (Karahana, 2008; Bümen, 2010; Çimen, 2007; Telef, 2011; Brouwers ve Tomic, 2000; Friedman, 2003; Fives, Hamman ve Olivarez, 2007; Skaalvik ve Skaalvik, 2010), örgütsel sessizlik (Kahya, 2015), dindarlık eğilimi (Dağcı ve Kartopu, 2014), akademik erteleme (Balkıs, 2013) ve iş doyumu (Yoleri ve Bostancı, 2012) ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bütün bu çalışmalar dikkate alındığında tükenmişliğin, bireylerin öğrenme davranışlarını, birçok kişisel, sosyal ve eğitsel eğilimlerini ve psikolojik iyi olma hallerini olumsuz etkilediği görülmektedir. Gerek eğitsel gerekse kişisel sosyal öz düzenleme açısından bu denli önemli olduğu, alan yazın araştırmaları ile de ortaya konan tükenmişlik duygusunun nedensel olarak ilişkili olduğu değişkenlerin incelenmesi, bu sorunun anlaşılması ve düzeyinin azaltılması açısından yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda alanda tükenmişlik düzeyini etkileyen değişkenlere ilişkin birçok çalışma görülmekle birlikte ego durumlarının yordayıcı etkisini inceleyen çalışmalara rastlanamamıştır.

Ego durumları kavramı 1960'lı yıllarda Eric Berne'in Transaksiyonel Analiz (TA) Kuramı kapsamında kavramsallaştırılmış ve birçok araştırmaya konu olmuştur. Transaksiyonel Analiz Kuramı kişilik, kişiler arası ilişkiler, iletişim, gelişim, yaşam, psikoterapi gibi çok geniş bir yelpaze üzerinde insanların düşünce, duygu ve davranışlarının anlaşılmasında ve açıklanmasında oldukça anlaşılır bir bakış açısı sunmaktadır (Akkoyun, 2011).

Kurama göre her bir ego durumu, bireyin gelişim sürecinde yaşantıları ile yapılandırdığı davranış kalıplarından oluşur (Elaad, 1993). Böylece ego durumları duruma uygun, tutarlı bir duygu, düşünce ve yaşantılar örüntüsü olarak tanımlanmakta ve içerikle ilgilenen yapısal ve bu içeriğin süreci ile ilgilenen fonksiyonel olmak üzere iki farklı modelle incelenmektedir (Akkoyun, 2011). Yapısal analize göre ego durumları insanın kişiliğinde ebeveyn, yetişkin ve çocuk ego durumu olmak üzere üç farklı biçimde yer almaktadır (Keler, 2008; Akkoyun, 2011). Fonksiyonel analiz ise daha çok bireylerin ego durumlarını hem içsel olarak hem de başkalarıyla ilişkilerinde harekete geçirmeleri, kullanmaları ve böylece gözlenen davranışların sınıflandırılması ile ilgilidir. Buna göre ego durumları eleştirel ebeveyn, koruyucu ebeveyn, yetişkin, doğal çocuk ve uyumlu çocuk olmak üzere beş farklı şekilde gözlemlenir (Akkoyun, 2011; Nelson-Jones, 1982). Uyumlu çocuk ise doğal çocuğun az ya da çok eğitilmesiyle altın ve asi çocuk olmak üzere iki farklı şekilde ortaya çıkar (Akkoyun, 2011).

Ebeveyn ego durumu, bireyin yaşamında dış kaynaklardan ve esas olarak da ebeveyn figüründen alınmış duygu, düşünce, tutum ve davranışları içerir (James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011). Böylece yargı, değer, görüş ve tutumlar ile belirginleşen ebeveyn ego durumu koruyucu ebeveyn ve eleştirel ebeveyn olarak iki şekilde gözlemlenmektedir (Akkoyun, 2011). Buna göre bazı insanlar diğerleri ile iletişim halinde iken, onlara karşı anne-baba gibi tavır takınarak öğütler verir ve onları yönlendirmeye çalışırlar. Ebeveyn ego durumu koruyucu ve eleştirel ebeveyn olmak üzere iki şekilde görülür. Koruyucu ebeveyn rolünü benimseyenler, diğer insanların iyilikleri için uğraşma eğiliminde olurlar, karşılarındakileri tıpkı bir çocuk gibi görüp onları korumaya ve kollamaya çalışırlar. Zararlı davranışlarını ve alışkanlıklarını bırakmalarını isterler. Eleştirel ebeveyn eğilimliler ise, toplumsal çıkarlar ve kurallar için başkalarını uyarır ve eleştirirler, kendilerini kültür mirasının ve yeni kuşakların kurtarıcısı olarak gibi algırlar. Özetle koruyucu ebeveyn; ilgili, özen gösterici, bağışlayıcı, destekleyici, izin verici iken eleştirel ebeveyn inatçı, güçlü, aşırı koruyucu, ilkeli ve cezalandırıcıdır (Nelson-Jones, 1982; James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011).

Yetişkin ego durumu kişinin yaşamı, olayları ve ilişkileri objektif olarak değerlendiren “rasyonel” yanı olarak tanımlanmaktadır. Bu yapının en önemli özelliği “şimdi ve burada”ki gerçekleri dikkate alması ve verilere dayalı hareket etmesidir. Bu ego durumu sayesinde insan ne asi olur ne de uysal. Ani çıkışlar yerine ince eleyip sık dokur, başkasının hatırı için hareket etmez, doğru ve gerçek neyse onu yapar (Nelson-Jones, 1982; James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011). Bern’e göre yetişkin ego durumu bireyin yaşamını sürdürebilmesi için gerekli bir olgudur. Dış dünya ile başa çıkabilmek için gerekli bilgileri, süreçleri ve olasılıkları hesaplar. Yetişkin egonun bir başka görevi de ebeveyn ve çocuk benlik durumunun etkinliklerini düzene koymak ve aralarında nesnel bir arabuluculuk işlevini yürütmektir (James ve Jongeward, 1993).

Çocuk ego durumunda sezgi, yaratıcılık, kendiliğinden dürtü ve eğlenme yerleşik özelliklerdir. Bu ego durumu zamanla çevre ile olan etkileşim sonucu eğitilir ve bu eğitilen yön uygulı çocuk olarak kavramsallaştırılır. Uygulu çocuk ise doğal çocuğun az ya da çok eğitilmesiyle altın ve asi çocuk olmak üzere iki farklı şekilde ortaya çıkar (Akkoyun, 2011). Böylece çocuk ego durumu doğal, altın ve asi çocuk olmak üzere üçe ayrılmış olur. Doğal çocuk kişiliğin eğitilmemiş yanı olarak kabul edilir. İçinden nasıl geliyorsa öyle davranır. Fiziksel ihtiyaçlarını her zaman önde tutar. Eğlenme, oyunculuk, ben-merkezcilik ve içinden geldiği gibi davranma temel özellikleridir. Asi çocuk kişiliğin az eğitilen yanı olup kanun ve kurallara karşı çıkar, otoriteye başkaldırır. Kişiliğin çok eğitilen yanı ise altın çocuk olup kanun ve kurallara uyum sağlar. Altın çocuk benliği “ne diyorsam onu yap” görüşüyle büyütüldüğü için kurallara, otoriteye uyan, içe dönük uysal bir kişilik özelliği sergileyen bir yapıdır. Bütün insanlar doğal çocuk olma sürecinden geçerek ya “asi çocuk” ya da “altın çocuk” olurlar.

İnsanlar bu ego durumlarını duruma göre kullanırlar. Örneğin, bir kişi kendi kişilik yapısı çerçevesinde bazen yetişkin bazen anne-baba gibi düşünerek davranır, bazı durumlarda ise çocuk rolüne girerek karşısındaki kişiler ile iletişimde bulunur. TA Kuramına göre, sağlıklı kişilerarası ilişkiler ego durumlarının her birinin duruma uygun kullanılmasıyla mümkün olmaktadır. Çünkü her ego durumunun kendine özgü dili, tutumu, duygu ve davranışları bulunmaktadır (Berne, 1964; Akkoyun ve Bacanlı, 1990). Yine kurama göre sağlıklı insan, anne baba ve çocuk ego durumlarını yetişkin ego durumunun yönetiminde kullanabilen kimsedir. (Nelson-Jones, 1982; James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011). Dolayısıyla sağlıklı bir kişilik için, her bir ego durumunun katkısı gerekmele birlikte tepkilerimizin yetişkin ego durumunun denetiminde olması öngörülmektedir (Akbağ ve Deniz, 2003).

Alan yazın incelendiğinde ego durumlarının üniversite öğrencilerinin cinsiyet rolleri (Aşılı, 2001), ergenlerin karar verme stratejileri (Kaçar, 2008), çatışma çözme stilleri (Jaiswal ve Srivastava, 2013), öğretmen adaylarının problem çözme becerileri (Çam, 1997), olumsuz otomatik düşünceler ve stresle başa çıkma tarzları (Akbağ, 2000), evli çiftlerin yaşamlarına etkisi (Aydemir, 1996), üniversite öğrencilerinin depresif davranışları, kaygı düzeyleri ve bağlanma tarzları (Wautier ve Blume, 2004), öğretim elemanı ve öğretmen adaylarının birbirlerine yönelik algıları (Akbağ ve Deniz, 2003), empati (Alisinanoğlu ve Köksal, 2000), kişilik özellikleri "Big Five" (Openness, Extraversion, Conscientiousness, Agreeability, Emotional, Stability) (Ciucur, 2013) gibi değişkenler ile ilişkili olarak incelendiği görülmektedir. Bu araştırmalardan elde edilen bulgular, ego durumlarının günlük yaşam pratiğinde işlevi güçlü bireysel birçok özellik ve eğilim ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Ego durumları ve tükenmişlik kavramlarının alan yazında ayrı ayrı çalışıldığı gözlenmekle birlikte, yapılan taramalar özellikle öğretmen adaylarında her iki değişkenin ilişkisinin ve ego durumlarının tükenmişliği yordama gücünün incelenmediği görülmüştür. Alan yazında bir kişilik faktörü olarak da ele alınan ego durumlarının, bireylerin olay ve olgulara ilişkin değerlendirmelerini, karar süreçlerini ve yakın ilişkilerini etkileyen önemli çerçeveler olduğu araştırma bulguları ile

ortaya konmuştur. Bu nedenle ego durumları ve tükenmişlik kavramsal çerçevelerinin birbirleriyle ne tür bir ilişki içinde olduklarının bilinmesi öğrenci davranışlarının ve bireysel farklılıkların nedenlerinin anlaşılması için gerekli görülmektedir. Bu yolla ayrıca, öğrenmeye ve böylece başarmaya çalışan öğrencilerin, öğrenme ve başarı ilişkili davranışlarına rehberlik eden yönelimleri, tükenmişlik ve ego durumlarının ilişkisi açısından anlaşılmasına ve açıklanmaya çalışılacaktır. Buna ek olarak, yukarıda sözü edilen değişkenler paralelinde öğretmen adaylarında değişimin (kişisel-sosyal ve eğitsel düzenlemelerin) gerekli olup olmadığının, eğer değişime, yeni yapılanmalara ihtiyaç varsa bu değişimin ne türden ve nasıl olacağının bilinmesi için de bu çalışmanın yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Bu temel görüşlerden hareketle bu çalışmada öğretmen adaylarında tükenmişlik duygusu ile ego durumlarının ilişkisi ve ego durumlarının tükenmişliği yordamadaki rolü incelenmiştir.

Bu amaçlara paralel olarak çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Öğretmen adaylarında tükenmişlik ile ego durumları arasında ilişki var mıdır? Varsa ne tür bir ilişki bulunmaktadır?
2. Öğretmen adaylarında ego durumları tükenmişliği yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırma ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılan betimsel nitelikte bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2009: s. 81).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nin farklı bölümlerinde 3. ve 4. sınıflarda öğrenim gören toplam 332 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin 242'si kız 90'ı erkek ve yaş aralığı 20-35'dir.

Veri Toplama Araçları

1. Maslach Tükenmişlik Ölçeği (Öğrenci Versiyonu)

Schaufeli ve ark. (2002) tarafından, öğrencilerin tükenmişlik düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilen Maslach Tükenmişlik Ölçeği (Öğrenci Versiyonu) 15 maddelik 7'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek duygusal tükenmişlik (Emotional Exhaustion), duyarsızlaşma (Cynicism) ve düşük akademik yeterlik (Academic Efficacy) olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte yer alan tüm maddeler toplanarak genel tükenmişlik düzeyi ve her alt boyutta yer alan maddelerin toplamı alınarak ilgili alt boyuta yönelik düzey belirlenir. Ölçekten yüksek puan almak daha yüksek tükenmişliğin göstergesi olarak kabul edilmektedir. Araştırmacılar ölçeğin iç tutarlık katsayısını, duygusal tükenmişlik boyutu için $\alpha = .80$, duyarsızlık boyutu için $\alpha = .86$ ve akademik yeterlik boyutu için $\alpha = .67$ olarak rapor etmişlerdir (Schaufeli ve ark., 2002). Ölçek için uyarlama çalışmaları Balkis, Duru, Buluş, ve Duru (2011) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada iç tutarlık katsayısı duygusal tükenmişlik boyutu için $\alpha = .83$, duyarsızlaşma boyutu için $\alpha = .81$, düşük akademik yeterlik boyutu için $\alpha = .70$ ve tüm ölçek için $\alpha = .83$ bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliği için faktör analizi yapılmış ve analizler, ölçeğin toplam varyansın %31.08'ini açıklayan 4.662 özdeğerli I. faktör (duygusal tükenmişlik 5 madde), toplam varyansın % 14.7' nu açıklayan 2.219 özdeğerli II. faktör (duyarsızlaşma 4 madde) ve toplam varyansın % 9.42'sini açıklayan 1.41 özdeğerli III. faktör (düşük akademik yeterlik 6 madde) olmak üzere üç faktörden oluştuğunu ve her üç faktörün toplam varyansın % 55.30' unu açıklayabildiğini göstermiştir. Faktör analizlerinde her bir maddenin orijinal

ölçekte olduğu gibi kendi faktörü altında toplandığı ve ölçek maddelerinin faktör yüklerinin .46 ile .83 arasında, madde-toplam korelasyonların ise .28 ile .74 arasında değiştiği görülmüştür.

2. Ego Durumları Ölçeği

Ego durumlarını ölçmek üzere Varan (2007) tarafından geliştirilen 120 maddelik ölçeğin Şengül (2008) tarafından kullanılan 30 maddelik kısaltılmış formu kullanılmıştır. Ölçekteki her bir maddeye hiç doğru değil (0), çoğunlukla doğru değil (1), kısmen doğru değil (2), biraz doğru değil (3) ve tamamen doğru (4) ekinde hazırlanan 5'li Likert dereceleri üzerinden cevap verilmektedir. Böylece 5'er maddeden oluşan her bir alt ölçeğin puan aralığı 0 ile 20 arasında değişmektedir. Alt boyutlardan alınan puan yükseldikçe ego durumları düzeyi de yükselmektedir.

Ölçek için Şengül (2008) tarafından yapılan çalışmada bütün maddeler üzerinden toplam cronbach alpha katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır. Söz konusu çalışmada bu kısa form için başkaca güvenilirlik ve geçerlik analizleri yapılmadığından elde edilen tek değer ölçeğin kullanımı için yeterli görülmemiş ve ölçek için Buluş ve Atan (2015) tarafından yeniden güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Buna göre, iç tutarlılık güvenilirliği analizlerinde ($n = 340$) cronbach alfa (α) katsayısı bütün maddeler için .85 olarak bulunmuştur. Ölçekteki altı alt boyuttan eleştirel ebeveyn için bu değer .66, koruyucu ebeveyn için .66 yetişkin için .86, doğal çocuk için .70 altın çocuk için .78 ve asi çocuk için .78 olarak çıkmıştır. Ölçeğin 30 madde üzerinden faktör yapısı temel-bileşenler yöntemiyle (principals-components analysis) analiz edilmiş ve 1'in üzerinde özdeğere sahip toplam varyansın % 57'sini oluşturan 6 faktör bulunmuştur. Sonuçlar maddelerin faktör yüklerine göre her boyut için kendi aralarında öbekleştiğini göstermiştir.

Verilerin Analizi (İşlem)

Araştırmada cevabı aranan sorulara ve veri gruplarının türüne uygun olarak ihtiyaç duyulan analizler SPSS kullanılarak yapılmıştır. Alan yazındaki kavramsal ve kuramsal kabuller tükenmişlik ve ego durumları değişkenlerinin ilişkili olabileceğini göstermektedir. Bu nedenle önce değişkenler arasındaki olası ilişkileri belirlemek için bivariate korelasyon analizleri yapılmıştır. Daha sonra ego durumlarının tükenmişlik düzeyini yordama gücü basit (Linear) regresyon analizi ile incelenmiştir. Bu amaç için ego durumları bağımsız, tükenmişlik ise bağımlı değişken olarak analize sokulmuştur.

Bulgular

1. Korelasyon Analizleri

Araştırmada tükenmişlik ve ego durumlarının ilişkisini test etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları aşağıda Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Tükenmişlik ve Ego Durumları Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Sonuçları (N = 332)

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Eleştirel Ebeveyn	-	.257**	.379**	.277**	.329**	.304**	.178**	.115*	-.078
2.Koruyucu Ebeveyn	.257**	-	.473**	.179**	.203**	.010	-.144**	-.126*	-.179**
3.Yetişkin	.379**	.473**	-	.239**	.169**	.126*	-.187**	-.157**	-.298**
4.Doğal Çocuk	.277**	.179**	.239**	-	.224**	.361**	.079	.118*	-.086
5.Altın Çocuk	.329**	.203**	.169**	.224**	-	.309**	.166**	.074	.033
6.Asi Çocuk	.304**	.010	.126*	.361**	.309**	-	.202**	.196**	-.005
7.Duyusal Tükenmişlik	.178**	-.144**	-.187**	.079	.166**	.202**	-	.580**	.011
8.Duyarsızlaşma	.115*	-.126*	-.157**	.118*	.074	.196**	.580**	-	.018
9. Düşük Kişisel Başarı	-.078	-.179**	-.298**	-.086	.033	-.005	.011	.018	-

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 1'deki bulgular, duygusal tükenmişliğin eleştirel ebeveyn ($r = .178$), altın çocuk ($r = .166$) ve asi çocuk ($r = .202$) ego durumları ile pozitif, koruyucu ebeveyn ($r = -.144$) ve yetişkin ($r = -.187$) ego durumları ile negatif; duyarsızlaşmanın eleştirel ebeveyn ($r = .115$), doğal ($r = .118$) ve asi ($r = .196$) çocuk ile pozitif, koruyucu ebeveyn ($r = -.126$) ve yetişkin ($r = -.157$) ile negatif; düşük kişisel başarının ise koruyucu ebeveyn ($r = -.179$) ve yetişkin ($r = -.298$) ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir.

2. Regresyon Analizleri

Ego durumlarının tükenmişliği yordayıp yordamadığını test etmek için basit (linear) regresyon analizi yapılmıştır. Bunun için tükenmişliğin her bir alt boyutu bağımlı, ego durumları ise bağımsız değişken olarak analize sokulmuş ve bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 2. Ego Durumlarının Duygusal Tükenmişliği Yordama Gücü

	R	R ²	S.Beta Değeri	t	F	P
Yordayıcı Değişkenler	.387	.150			9.549	.000***
Eleştirel Ebeveyn			.221	3.712		.000***
Koruyucu Ebeveyn			-.107	-1.798		.073
Yetişkin			-.262	-4.277		.000***
Doğal Çocuk			.030	.522		.602
Altın Çocuk			.114	2.023		.044*
Asi Çocuk			.123	2.120		.035*

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 2'deki bulgulara göre, ego durumlarının duygusal tükenmişlik varyansına katkısı anlamlı bulunmuştur ($R^2 (.15)$, $F = 9.549$, $p < .001$). Buna göre duygusal tükenmişliğin anlamlı yordayıcıları eleştirel ebeveyn, yetişkin, altın çocuk ve asi çocuk ego durumlarıdır.

Turkish Studies

International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 11/3 Winter 2016

Tablo 3. Ego Durumlarının Duyarsızlaşmayı Yordama Gücü

	R	R2	S.Beta Değeri	t	F	P
Yordayıcı Değişkenler	.316	.100			6.027	.000***
Eleştirel Ebeveyn			.144	2.353		.019*
Koruyucu Ebeveyn			-.082	-1.349		.178
Yetişkin			-.214	-3.392		.001**
Doğal Çocuk			.088	1.510		.132
Altın Çocuk			.015	.259		.796
Asi Çocuk			.143	2.401		.017*

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 3'deki bulgular incelendiğinde, ego durumlarının duyarsızlaşmayı yordamadaki rolünün anlamlı olduğu görülmektedir (R^2 (.10), $F= 6.027$, $p<.001$). Bu sonuca göre duyarsızlaşmanın anlamlı yordayıcıları eleştirel ebeveyn, yetişkin ve asi çocuk ego durumları olmuştur.

Tablo 4. Ego Durumlarının Düşük Kişisel Başarıyı Yordama Gücü

	R	R2	S.Beta Değeri	t	F	P
Yordayıcı Değişkenler	.317	.100			6.036	.000***
Eleştirel Ebeveyn			.024	.385		.700
Koruyucu Ebeveyn			-.062	-1.019		.309
Yetişkin			-.285	-4.517		.000***
Doğal Çocuk			-.037	-.636		.525
Altın Çocuk			.091	1.573		.117
Asi Çocuk			.010	.160		.873

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 4'teki bulgulara göre, ego durumlarının düşük kişisel başarı varyansına katkısı anlamlı bulunmuştur (R^2 (.10), $F= 6,036$, $p<.001$). Bu sonuçlara göre düşük akademik yeterliliğin anlamlı yordayıcısı yetişkin ego durumudur.

Tartışma

Bu araştırmanın temel amacı, öğretmen adaylarında ego durumlarının tükenmişliği yordama gücünü incelemektir. Bunun için sırasıyla önce tükenmişlik ve ego durumları arasındaki ilişkiye bakılmış daha sonra ego durumlarının tükenmişliği yordama gücü regresyon analizi ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular genel olarak beklentileri destekler niteliktedir ve aşağıda alan yazın ışığında, eğitsel doğurguları da dikkate alınarak tartışılmıştır.

Araştırmada öncelikle tükenmişlik ve ego durumları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bağlamda duygusal tükenmişliğin eleştirel ebeveyn, altın çocuk ve asi çocuk ego durumları ile pozitif, koruyucu ebeveyn ve yetişkin ego durumları ile negatif, duyarsızlaşmanın eleştirel ebeveyn, doğal ve asi çocuk ego durumları ile pozitif, koruyucu ebeveyn ve yetişkin ego durumları ile negatif, düşük kişisel başarı tükenmişliğinin ise koruyucu ebeveyn ve yetişkin ego durumları ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu bulgular ışığında, öğretmen

adaylarında eleştirel ebeveyn, altın ve asi çocuk ego durumlarını kullanma düzeyi yükseldikçe duygusal tükenmişliği; eleştirel ebeveyn, doğal ve asi çocuk ego durumlarını kullanma düzeyi yükseldikçe duyarsızlaşmanın yükseldiği; koruyucu ebeveyn ve yetişkin ego durumlarını kullanma düzeyi yükseldikçe her üç tükenmişlik boyutunda da düşme olduğu söylenebilir.

İkinci olarak, regresyon analizleri ile, ego durumlarının tükenmişliğin her üç boyutunu da anlamlı düzeyde yordadığı gözlenmiştir. Bu sonuçlar duygusal tükenmişliğin en iyi yordayıcılarının eleştirel ebeveyn, yetişkin, altın ve asi çocuk; duyarsızlaşmanın en iyi yordayıcılarının eleştirel ebeveyn, yetişkin ve asi çocuk; düşük kişisel başarının en iyi yordayıcısının ise yetişkin ego durumu olduğunu göstermiştir. Regresyon analizi ile elde edilen bulgular; koruyucu ebeveyn ego durumunun duygusal tükenmişlik ile olan negatif ilişkisinin eleştirel ebeveyn, yetişkin, altın ve asi çocuk ego durumları; doğal çocuk ego durumunun duyarsızlaşma ile olan pozitif, koruyucu ebeveyn ego durumunun ise duyarsızlaşma ile olan negatif ilişkisinin eleştirel ebeveyn, yetişkin ve asi çocuk ego durumları; son olarak koruyucu ebeveyn ego durumunun düşük kişisel başarı ile olan negatif ilişkisinin de yetişkin ego durumu tarafından baskılandığına işaret etmektedir.

Elde edilen bu sonuçlar, değişkenlerin dayandığı kuramsal çerçeveler ve alan yazındaki araştırma bulguları ışığında türlü şekillerde yorumlanabilir. TA Kuramı'na göre her bir ego durumu, bireyin gelişim sürecinde yaşantıları ile yapılandırdığı davranış kalıplarından oluşan (Elaad, 1993), duruma uygun, tutarlı bir duygu, düşünce ve yaşantılar örüntüsü olarak tanımlanmaktadır (Akkoyun, 2011). Bu bağlamda, koruyucu ebeveyn ego durumu, diğer insanların iyilikleri için uğraşan, karşındakileri tıpkı bir çocuk gibi görüp onları korumaya, kollamaya çalışan ve zararlı davranışlarını bırakmalarını isteyen bir nitelik taşıırken eleştirel ebeveyn ego durumu, toplumsal çıkarlar ve kurallar için başkalarını uyarıp eleştiren bir özelliktedir. Diğer bir ifade ile, koruyucu ebeveyn ilgili, özen gösterici, bağışlayıcı, destekleyici, izin verici iken eleştirel ebeveyn inatçı, güçlü, aşırı koruyucu, ilkel ve cezalandırıcıdır (Nelson-Jones, 1982; James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011).

Doğal çocuk kişiliğinin eğitilmemiş yanı olarak kabul edilir. İçinden nasıl geliyorsa öyle davranır. Fiziksel ihtiyaçlarını, eğlenmeyi her zaman ön planda tutma ve ben-merkezcilik en temel özellikleridir. Asi çocuk kişiliğinin az eğitilen yanı olup kanun ve kurallara karşı çıkar, otoriteye başkaldırır. Kişiliğinin çok eğitilen yanı ise altın çocuk olup kanun ve kurallara uyum sağlar. Altın çocuk benliği “ne diyorsam onu yap” görüşüyle büyütüldüğü için kurallara, otoriteye uyan, içe dönük uysal bir yapıdır. Bütün insanlar doğal çocuk olma sürecinden geçerek ya “asi çocuk” ya da “altın çocuk” olurlar (Berne, 1964; Akkoyun ve Bacanlı, 1990).

Yetişkin ego durumu ise kişinin yaşamı, olayları ve ilişkileri objektif olarak değerlendiren “rasyonel” yanı olarak tanımlanmaktadır. Bu yapının en önemli özelliği “şimdi ve burada”ki gerçekleri dikkate alması ve verilere dayalı hareket etmesidir. Bu ego durumu sayesinde insan ne asi olur ne de uysal. Ani çıkışlar yerine ince eleyip sık dokur, başkasının hatırı için hareket etmez, doğru ve gerçek neyse onu yapar (Nelson-Jones, 1982; James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011). Bern’e göre yetişkin ego durumu bireyin yaşamını sürdürebilmesi için gerekli bir yapıdır. Dış dünya ile başa çıkabilmek için gerekli bilgileri, süreçleri ve olasılıkları hesaplar. Yetişkin egonun bir başka görevi de ebeveyn ve çocuk benlik durumunun etkinliklerini düzene koymak ve aralarında nesnel bir arabuluculuk işlevini yürütmektir (James ve Jongeward, 1993).

Kurama göre sağlıklı insan, ebeveyn ve çocuk ego durumlarını yetişkin ego durumunun denetiminde kullanabilen kimsedir (Nelson-Jones, 1982; James ve Jongeward, 1993; Akkoyun, 2011). Ancak yapılan alan yazındaki değerlendirmeler ve gözlemler, birçok insanın, yaşamında tepki üretirken, durum ne olursa olsun, yetişkin yönünü yeterince kullanmadan yada kullanamadan belli başlı bazı ego durumlarını daha çok işe koştuklarını göstermektedir. Bu durum da, bu tür bireylerin

gerek bireysel yapılarında gerekse kişiler arası ilişkilerinde bir takım sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir.

Bu kuramsal çerçeveden hareketle, araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde, öğretmen adaylarında yapılanmış olan inatçı, güçlü, aşırı koruyucu, kuralcı ve cezalandırıcı olan eleştirel ebeveyn, otoriteye uyan, içe dönük ve uysal bir yapı olan altın çocuk ve kurallara karşı çıkan ve otoriteye başkaldıran asi çocuk ego durumlarına ilişkin eğilimlerin bireyde aşırı yüklenilmiş hissetme, kendini işlerine verememe ya da yardım isteyen kişilerin sorumluluklarını üstlenememe, engellenme ve gerginlik hissetme, enerji kaybı, bıkkınlık gibi davranışlar sergileme şeklinde ortaya çıkan duygusal tükenmişlik düzeyinde rol oynadığı söylenebilir. Araştırmada mantıklı ve sağduyulu olan, olay ve olguları gerçekçi ve objektif bir şekilde değerlendiren yetişkin ego durumunu kullanma düzeyindeki artışın ise duygusal tükenmişlik değişkenliğinde negatif yönde yordayıcı etkiye sahip olduğu yani düşürdüğü düşünülebilir. Benzer şekilde yukarıda özellikleri belirtilen eleştirel ebeveyn ve asi çocuk ego durumlarının bireyin günlük aktivitelerine ve karşılaşılan insanlara karşı soğuk, ilgisiz, katı hatta insani olmayan bir tutum sergileme, yavaş yavaş işinden uzaklaşma, idealistliğini ve coşkusunu kaybetme, umursamaz davranma, böylece diğerlerini kendisinden uzaklaştırma, ilgi göstermeme, reddetme, düşmanca davranma, bununla birlikte kendisi ve diğerleri hakkında olumsuz düşünceler geliştirme ve suçluluk his etme gibi davranışlar ile kendini gösteren duyarsızlaşma tükenmişlik miktarını arttırdığı, yetişkin ego durumunun ise bu miktarı düşürücü yönde yordayıcı etkide bulunduğu düşünülebilir. Son olarak, elde edilen bulgular ışığında, yetişkin ego durumunun bireyin yeterli duygularında ve başarısında azalma olarak tanımlanan düşük kişisel başarı tükenmişliğini azaltıcı yönde etkilediği söylenebilir.

Elde edilen bu bulgular, diğer bir ifade ile kısaca, bireyin aşırı eleştirel, uysal ve asi yapısının kendisinde duygusal olarak tükenmeyi, yine eleştirel ve asi yapısının duyarsızlaşma bağlamında tükenmeyi tetiklediği, rasyonel yapısının ise her üç boyutta da tükenmişliği azalttığı şeklinde de yorumlanabilir. Bu bulgular bireyin yaşamında akılcı bir sistemin hakimiyetinin-kontrolünün önemine işaret etmesi bakımından önemlidir.

Bu değerlendirmeler ışığında tükenmişlik düzeyinin alan yazında belirtilen diğer değişkenlere ek olarak ego durumları kavramı ile de açıklanabileceği söylenebilir. Dolayısıyla elde edilen bulgulardan hareketle, enerji kaybı, bıkkınlık, ilgisizlik, çalışmalara ilişkin coşkusunu kaybetme, umursamama, kendini olumsuz algılama, suçluluk duyma, yeterli duygularında ve başarılarında azalma gibi davranışlarla karakterize olan tükenmişlik halinin bireyin eleştirel, uysal ve asi eğilimlerinden de kaynaklandığı, bunun yanı sıra nesnel gerçekleri ve akılcılığı ön planda tutan bireysel yapıların ise tükenmişlik duygusunun azalmasında rol oynadığı düşünülebilir.

Özetle, elde edilen bulgular eğitim ortamlarının ve programlarının etkililiğinin değerlendirilmesinde ve öğrenci performansının artırılmasında ve gelişim süreçlerinin sağlıklı sürdürülmesinde dikkate alınabilecek önemli ipuçları sunmaktadır. Araştırmada elde edilen bulguların, kavramların dayandığı kuramsal çerçeveler ile de paralellik gösterdiği, ego durumlarının küçük yaşlardan itibaren öncelikle ebeveynlerin tutum ve davranışları ile, daha sonra da bireyin yaşamına giren diğer önemli figürlerin etkileri ve edinilen eğitim ile de biçimlendikleri ve zaman içinde yeni yaşantılarla değişebilecekleri de düşünüldüğünde, sonuçların gelişim, eğitim, öğrenme ve öğretme süreçleri açısından önemli doğurgular sunduğu söylenebilir. Bu bağlamda tükenmişliğin öğrencilerin günlük yaşam pratiklerindeki enerji ve güç kaybı, kendilerinden beklentiler sonucu oluşan yıpranma ve yorulma, kişisel yaşamdaki stres, performans beklentisi, alan doyumu, kişisel beklentiler, motivasyon, benlik, sınırlamalar ve kişilik dayanıklılığı (Çam, 1992) gibi nedenlerden kaynaklandığı değerlendirildiğinde, bu faktörlerin olumsuz etkilerini azaltabilecek olan yetişkin ego durumunu güçlendirici yaklaşımların üniversite yöneticileri, öğretmen eğitimcileri (akademisyenler) ve ebeveynler tarafından sergilenmesinin, ilgili çalışmaların yapılmasının ve bu çerçevede

psikoeğitim programlarının hazırlanarak uygulanmasının bireylerin sonraki kişisel sosyal ve eğitsel yaşamı açısından daha etkili sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir. Bu çerçevede gerek aile çocuk yetiştirme tutumları, eğitim ortamlarının niteliği, programların etkililiği gerekse ebeveynlerin ve eğitimcilerin iletişim becerileri, ego durumlarının sağlıklı gelişimi (yapılanması) ve kullanımı açısından, üzerinde dikkatle durulması gereken belirleyici faktörler olarak değerlendirilmektedir. Kısaca, elde edilen sonuçlardan hareketle, üniversite yaşamının kalitesinin, ebeveyn çocuk yetiştirme tutumlarının ve gelişim ve öğrenme sürecinde olan birey ile iletişimde kullanılan dilin (iletişim becerilerinin) öğrencilerin ego durumlarının sağlıklı yapılanması ve böylece tükenmişlik düzeylerinin azalması için en önemli faktörlerden olduğu söylenebilir.

Son olarak, ego durumları ve tükenmişlik değişkenlerinin ilişkisinin çalışıldığı bu çalışmanın, öğretmen adaylarının tükenmişlik düzeyini etkileyen faktörlerin neler olduğuna ilişkin alan yazına, elde edilen sonuçlar bakımından önemli bir zenginlik kattığı söylenebilir. Ek olarak, çalışmanın kuramsal perspektif geliştirmeye ve uygulamaya dönük çıktıların olduğunu da söylemek mümkündür.

KAYNAKÇA

- Akbağ, M. (2000). *Stresle başa çıkma tarzlarının üniversite öğrencilerinde olumsuz otomatik düşünceler, transaksyonel analiz ego durumları ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Akbağ, M. ve Deniz, L. (2003). Öğretim elemanı ve öğretmen adaylarının birbirlerine yönelik algıları: Transaksyonel analiz açısından bir değerlendirme. *Educational Science: Theory & Practice*, 3 (2), 263-293.
- Akkoyun, F. (2011). *Transaksyonel analiz psikolojide işlemsel çözümleme yaklaşımı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Akkoyun, F. ve Bacanlı, H. (1990). Adjective check list'in türkçe'ye uyarlaması: TA ego durumları ve semantik diferansiyel kategorileri üzerinde bir çalışma. *Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayını*, 8, 777-783.
- Alisinanoğlu, F. ve Köksal, A. (2000). Gençlerin ben durumları (ego state) ve empatik becerilerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 11-16.
- Aşılı, G. (2001). *Üniversite öğrencilerinin cinsiyet rolleri ve ego (ben) durumları arasındaki ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Aydemir, S. S. (1996). *Transaksyonel analize dayalı bir eğitim programının evli çiftlerin ego durumları ve evlilik yaşamlarına ilişkin bazı değişkenlere etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Balkıs, M. (2013). The relationship between academic procrastination and students' burnout. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 68-78.
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. ve Duru, S. (2011). Tükenmişliğin Öğretmen Adayları Arasındaki Yaygınlığı, Demografik Değişkenler ve Akademik Başarı ile İlişkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29, 151-165.
- Berne, E. (1964). *Games people play: The psychology of human relationships*. New York: Grove Press, Inc.

- Boudreau, D., Santen, S. A., Hemphill R. R. ve Dobson J. (2004). Burnout in medical students: Examining the prevalence and predisposing factors during the four years of medical school. *Annals of Emergency Medicine*, 44 (4), 75-76.
- Brouwers, A. ve Tomic, W. (2000). A longitudinal study of teacher burnout and perceived self-efficacy in classroom management. *Teaching and Teacher Education*, 16, 239-253.
- Buluş, M. (2011). Öğretmen adaylarında bireysel farklılıklar perspektifinden amaç yönelimleri, denetim odağı ve akademik başarı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11 (2), 529-546.
- Buluş, M. ve Atan, A. (2016). Öğretmen Adaylarında Ego Durumlarının Bağlanma Stillerini Yordama Gücü. *Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Basımda.
- Bümen, N. (2010) The relationship between demographics, self efficacy, and burnout among teachers. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 40, 16-35.
- Chang, E., Rand, K. L. ve Strunk, D. R. (2000). Optimism and risk for job burnout among working college students. *Personality and Individual Differences*, 29, 255-263.
- Cherniss, C. (1980). *Staff burnout: Job stress in the human services*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- Ciucur, D. (2013). The ego states and the “big five” personality factors. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 78, 581-585.
- Çam, O. (1992). Tükenmişlik envanterinin geçerlik ve güvenirliğinin araştırılması. *Hacettepe Üniversitesi VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Derneği Yayını*, 155-160.
- Çam, S. (1997). *İletişim becerileri eğitimi programının öğretmen adaylarının ego durumları ve problem çözme beceri algılarına etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çimen, S. (2007). *İlköğretim öğretmenlerinin tükenmişlik yaşantıları ve yeterlik algıları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Dağcı, A., Kartopu, S. (2014). Meslekî tükenmişlik ile dindarlık eğilimi arasındaki ilişki üzerine ampirik bir araştırma. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* Volume 9/8 Summer 2014, p. 365-383, ISSN: 1308-2140, www.turkishstudies.net, Doi Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.7360>, ANKARA-TURKEY.
- Durán, A., Extremera, N., Rey, L., Fernández- Berrocal, P., ve Montalbán, F. M. (2006). Predicting academic burnout and engagement in educational settings: Assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy. *Psicothema*, 18, 158-164.
- Duru, E., Duru, S., ve Balkıs, M. (2014). Analysis of relationship among burnout, academic achievement and self-regulation. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(2), 12-22.
- Elaad, E. (1993). Detection of deception: A transactional analysis perspective. *Journal of Psychology*, 127 (1).
- Ergin, C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin uyarlanması. *Türk Psikologlar Derneği Yayını*.

- Etzion, D., ve Zvi, Z. (2004) Stress and burnout among students before and after the Passover break-Vacation activities and personality variables as moderators. Presented Star 25th. International Conference, Amsterdam. <http://recanati.tau.ac.il/Uploads/Personnel/EtzionVitae.pdf>
- Fives, H., Hamman, D. ve Olivárez, A. (2007). Does burnout begin during student teaching? Analyzing efficacy, burnout, and support during the student teaching semester. *Teaching and Teacher Education*, 23, 916-934.
- Friedman, I. A. (2003). Self-efficacy and burnout in teaching: The importance of interpersonal-relations efficacy. *Social Psychology of Education*, 6, 191–215.
- Hakanen, J. J., Bakker, A.B., ve Schaufeli, W.B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology*, 43, 495-513.
- Hughes, T. M. ve McNelis, M. C. (1987) *The prediction of teacher burnout through personality type, critical thinking, and self-concept*. Paper presented at the Annual Meeting of the Mid-South Educational Research association, Washington, DC.
- Izgar, H. (2001). Okul yöneticilerinin tükenmişlik düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 27, 335-340.
- Jacobs, S. ve Dodd, D. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Students Development*, 44 (3), 291-303.
- Jaiswal, B. ve Srivastava, P. (2013). The effect of transactional analysis ego states on conflict management styles. *The IUP Journal of Soft Skills*, 7 (2).
- James, M. ve Jongeward, D. (1993). *Kazanmak için doğarız*. T. Şenruh. (Çev.). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Kaçar, B. (2008). *Lise öğrencilerinin karar stratejileri ve transaksyonel analiz ego (ben) durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kahya, C. (2015). Örgütsel sessizlik ve tükenmişlik sendromu ilişkisi. *Turkish Studies - International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* Volume 10/10 Summer 2015, p. 523-546 DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.8335> ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY.
- Karahan, Ş. (2008). Özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin öz-yeterlik algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. (20. Baskı). Ankara: Nobel Dağıtım.
- Keler, H. (2008). *Liseli ergenlerin transaksyonel analiz ego durumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kokkinos, C. (2007). Job stressors, personality and burnout in primary school teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 77, 229–243.
- Maslach, C. ve Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.

- Nelson – Jones, R. (1982). *Danışma psikolojisi kuramları*. (Çev. Ed.). F. Akkoyun.
- Salmela-Aro, K., Tolvanen, A. ve Erik-Nuirmi, J. (2009). Achievement strategies during university studies predict early career burnout and engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 75 (2), 162-172.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I., Marques-Pinto, A., Salanova, M., & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481.
- Skaalvik, E. M. ve Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26 (4), 1059-1069.
- Şengül, C. M. (2008). *Örgüt çalışanlarının kişilik, iş tatmini ve örgütsel bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Telef, B. (2011). Öğretmenlerin öz-yeterlikleri, iş doyumları, yaşam doyumları ve tükenmişliklerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10 (1), 91-108.
- Teltik, H. (2009). Okul öncesi öğretmenlerinin mesleki yeterlik algılarının, iş doyumunu ve tükenmişlik düzeyleriyle ilişkisinin belirlenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Varan, A. (2007). Ego durumları ölçeği. *Yayımlanmamış ölçek çalışması*, İzmir.
- Watson, R., Deary, I., Thompson, D. ve Li, G. (2008). A study of stress and burnout in nursing students in Hong Kong: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45 (10), 1534-1542.
- Wautier, G. ve Blume, L. B. (2004). The effects of ego identity, gender role, and attachment on depression and anxiety in young adults, identity. *An International Journal of Theory and Research*, 4 (1), 59-76. DOI: 10.1207/ S1532706XID0401_4.
- Yang, H.J. ve Farn, C.K. (2004). An investigation the factors affecting MIS students burnout in Technical -Vocational College. *Computers in Human Behavior*, 21 (6), 917-932.
- Yıldırım, S. (2007). Anaokulu öğretmenlerinde tükenmişlik düzeyi ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Yoleri, S., Bostancı, M.Ö. (2012). Determining the factors that affect burnout and job satisfaction among academicians: a sample application on the hitit university. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* Volume 7/4, Fall 2012, p. 589-600, ISSN: 1308-2140, www.turkishstudies.net, ANKARA-TURKEY.
- Zhang, Y., Gan, Y., ve Cham, H. (2007). Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis. *Personality and Individual Differences*, 43, 1529–1540.

Citation Information/Kaynakça Bilgisi

Buluş, M. – Atan, A. (2016). “Öğretmen Adaylarında Ego Durumlarının Tükenmişliği Yordama Gücü / The Predictive Power of Ego States on Burnout in Student Teachers”, *TURKISH STUDIES -International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic-*, ISSN: 1308-2140, (Prof. Dr. Hayati Akyol Armağanı), Volume 11/3 Winter 2016, ANKARA/TURKEY, www.turkishstudies.net, DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.9009>, p. 607-624.